Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»
_____ Зарубина Т.Л.

Меню на 23 Мая 2024 г
Ясли
(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	**Завтрак:**					
274	Каша Рябушка	175	1,08	0,15	11,4	51,28
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	15	72
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	6,98	0	0,019
	Кондитерское изделие	30				
итого		430	3,55	6,98	26,47	156,399
2	**2 завтрак:**					
	Сок	180	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		180				
3	**Обед:**					
2	Суп Кудрявый	180	4,49	4,75	8,51	93
128	Пюре картофельное	130	1,75	4,38	11,57	92,99
234	Рыба с овощами	70	0,9	7,95	11,29	152,4
67	Соус красный	10	11,62	4,3	88	74,5
	Компот	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,2	10	72
		610	22,04	21,71	159,13	604,74
4	**Полдник:**					
103	Пирожок с капустой	60	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай с сахаром	200	3,97	0,32	0,07	18,84
394	Макароны отварные с сыром	150	3,97	0,32	0,07	18,84
	Хлеб пшеничный	40	2,3	3,2	20	96
	Фрукт	70				
итого		520	20,48	10,22	48,34	356,88
Калорийность всего за день (ккал):						
		1740	50,76	41,87	283,67	1312,68

Не содержит ГМО и пищевых добавок
Повар:_____
Кладовщик:_____

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»
_____ Зарубина Т.Л.

Меню на 23 Мая 2024г
Сад
(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	**Завтрак:**					
274	Каша Рябушка	175	1,08	0,15	11,4	51,28
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	33,1
	Чай	180	0,02	0	0	0,019
	Кондитерское изделие	30				
итого		430	4,34	4,17	31,465	180,399
2	**2 завтрак:**					
	Сок	180	с	4,8	33,52	132,75
итого		180				
3	**Обед:**					
2	Суп Кудрявый	200	7,44	7,19	13,94	177,8
128	Пюре картофельное	130	2,85	7,12	18,8	152,07
234	Рыба с овощами	80	0,9	7,95	11,29	137,03
67	Соус красный	20	1,6	4,2	8	4,9
349	Компот	200	1,26	0,16	38,2	104,1
	Хлеб пшеничный	40	2,3	3,2	20	45
итого		670	16,35	29,82	110,23	620,9
4	**Полдник:**					
103	Пирожок с капустой	70	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай с сахаром	200	3,97	0,32	0,07	18,84
	Фрукт	120				
итого		390	14,21	6,7	28,27	242,04
Калорийность всего за день (ккал):						
		1670	49,41	50,07	239,8	1798,36

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар_____

Кладовщик:_____

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»
_____ Зарубина Т.Л.

Меню на 23 Мая 2024г
Сад
(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	**Завтрак:**					
274	Каша Рябушка	175	1,08	0,15	11,4	57,9
	Хлеб	50	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	33,1
	Чай	180	0,02	0	0	0,019
	Кондитерское изделие	30				
итого		440	4,34	4,17	31,465	187,019
2	**2 завтрак:**					
	Сок	180	4,35	4,8	33,52	132,75
итого		180				
3	**Обед:**					
2	Суп Кудрявый	200	7,44	7,19	13,94	147,3
128	Пюре картофельное	130	2,85	7,12	18,8	272,07
234	Рыба с овощами	80	0,9	7,95	11,29	174,2
67	Соус красный	20	1,6	4,2	8	74,5
349	Компот	200	1,26	0,16	38,2	154,1
	Хлеб пшеничный	40	2,3	3,2	20	96
итого		670	16,35	29,82	110,23	918,17
4	**Уплотненный полдник:**					
103	Пирожок с капустой	70	10,24	6,38	28,2	223,2
93	Чай с сахаром	200	2,1	2,45	3,29	144,1
	Хлеб пшеничный	40	2,3	3,2	20	96
	Фрукт	120				
394	Макароны отварные с сыром	150	3,97	0,32	0,07	18,84
итого		580	18,61	12,35	51,56	482,14
Калорийность всего за день (ккал):						
		1870	49,41	50,07	239,7	1826,76

Не содержит ГМО и пищевых добавок
Повар:_____
Кладовщик:_____